

# A STUDY OF CARL ROGERS HUMANISTIC THEORY ON SELF-CONFIDENCE IN BROKEN HOME CHILDREN

Oleh:

Amanah Surbakti <sup>1)</sup>, Bazi Puti Ayu Widyasana <sup>2)</sup>, Hirnar Waki Omnihara Siregar <sup>3)</sup>, Jakobus Maruli Tua Sinurat <sup>4)</sup>, Muhammad Faisal Ramadhan Nasution <sup>5)</sup>, Nurayu Resmara Tresna <sup>6)</sup>, Rizky Amelia Lubis <sup>7)</sup>, Runggu Nadeak <sup>8)</sup>  
Universitas Medan Area, Medan <sup>1,2,3,4,5,6,7,8)</sup>

E-mail:

[amanahsurbakti28@gmail.com](mailto:amanahsurbakti28@gmail.com) <sup>1)</sup>, [widyasanabazi@gmail.com](mailto:widyasanabazi@gmail.com) <sup>2)</sup>,  
[hirmarwakiomnihara@gmail.com](mailto:hirmarwakiomnihara@gmail.com) <sup>3)</sup>, [16.3161.jakobus@gmail.com](mailto:16.3161.jakobus@gmail.com) <sup>4)</sup>, [faqihfaisal14@gmail.com](mailto:faqihfaisal14@gmail.com) <sup>5)</sup>,  
[nurayu.rt.rara@gmail.com](mailto:nurayu.rt.rara@gmail.com) <sup>6)</sup>, [rizkyameliaanw@gmail.com](mailto:rizkyameliaanw@gmail.com) <sup>7)</sup>, [rnadeak888@gmail.com](mailto:rnadeak888@gmail.com) <sup>8)</sup>

## ABSTRACT

*This study aims to examine Carl Rogers' humanistic theory about self-confidence in broken home children. The data collection technique used is a library research method by collecting primary and secondary data. Primary data here uses theories from several humanistic experts and secondary data in the form of interviews, scientific articles and books from various sources. From several studies and literature that have been processed by researchers, it can be concluded that in solving problems experienced by subjects who have been interviewed, researchers suggest for these subjects to carry out Client Centered Theory, known as non-directive or personal-centered theory carried out by staff professional.*

**Keyword: Humanistic Theory, Self-Confidence, Broken Home**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji teori humanistik Carl Rogers tentang kepercayaan diri pada anak broken home. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah metode penelitian kepustakaan dengan mengumpulkan data primer dan sekunder. Data primer disini menggunakan teori dari beberapa ahli humanistik dan data sekunder berupa wawancara, artikel ilmiah dan buku dari berbagai sumber. Dari beberapa kajian dan literatur yang telah diolah oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh subjek yang telah diwawancarai, peneliti menyarankan kepada subjek tersebut untuk melaksanakan Client Centered Theory yang dikenal dengan teori non-directive atau personal centered theory. dilakukan oleh staf professional.

**Kata Kunci: Teori Humanistik, Kepercayaan Diri, Broken Home**

## 1. PENDAHULUAN

Carl Rogers memiliki profesi sebagai psikolog humanistik beliau lahir pada tanggal 8 Januari 1902 di negara bagian Illinois, Chicago, Amerika Serikat. Anak

keempat yang dari Julia Cushing Rogers dan Walter. Beliau menjalin hubungan dekat dengan ibunya selama masih berusia dini. Ayah Carl sering jauh dari rumah karena pekerjaan. Ayah dan Ibunda Carl

Rogers memiliki religiusitas yang tinggi yang membuat beliau mendalami Alkitab hingga Carl tekun mengkajinya (Ratu, 2014).

Carl Rogers pada awalnya di bidang studi pertanian dan sejarah pada *University of Wisconsin*. Pada tahun 1928 ia memperoleh gelar Master di bidang psikologi dari Columbia University dan memperoleh gelar Ph.D dibidang psikologi klinis pada tahun 1931. Pada tahun 1939 Carl menerbitkan sebuah tulisan yang berjudul “*The Clinical Treatment of the Problem Child*”, yang membuatnya mendapatkan tawaran sebagai profesor pada fakultas psikologi di *Ohio State University* (Ratu, 2014).

Kepercayaan diri begitu menjadi kebutuhan bagi individu di dalam melalui kehidupan sehari-hari, kepercayaan diri ialah sikap seseorang untuk menghargai diri sendiri dan benda-benda disekitarnya sehingga seseorang mempunyai kemampuan dalam melakukan sebuah kegiatan. Orang yang mempunyai rasa kepercayaan akan diri sendiri atau percaya pada *ability* nya, memiliki ekspektasi yang apa adanya, meskipun ekspektasi tersebut tidak sama dengan kenyataan, mereka selalu berpikir optimis, artinya mereka dapat menerimanya.

Remaja yang mengalami *broken home* tentunya mengalami tekanan mental yang berat. Ia akan merasa malu dan kehilangan kepercayaan dirinya saat berinteraksi dengan orang lain karena memang kondisi keluarganya yang dalam keadaan *broken home*. Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Teori Humanistik Carl Rogers

Carl Rogers adalah seorang psikolog dengan bidang *humanistic* yang mengutamakan sikap saling menghargai dan tanpa prasangka dalam membantu individu mengatasi masalah-masalah kehidupannya dalam hal ini yang diutamakan adalah ketika dilaksanakannya terapi atau pendekatan antara konseli dengan konselor. Carl meyakini bahwa mereka yang perlu diperbaiki itu sebenarnya mempunyai jawaban atas permasalahannya sendiri dan seorang konselor hanya membantu konseli

untuk memperoleh solusi yang diinginkan. Lebih lanjut lagi, teknik-teknik *assesment* dan *counsel* dari konselor bukan sesuatu yang dinilai signifikan saat dilakukan *treatment* kepada klien. Karya dari Rogers yang paling berpengaruh meliputi pendekatan *counseling* yang sering dinamakan dengan *Client-Centered Therapy* (Ratu, 2014).

Menurut Rogers, jika seseorang diberi kebebasan dan dukungan emosional untuk bertumbuh, mereka bisa berkembang menjadi manusia yang berfungsi penuh. Adanya dukungan dari lingkungan yang menerima dan memahami situasi terapeutik, seseorang akan mampu memecahkan masalahnya sendiri dan berkembang menjadi individu yang mereka inginkan. Menurut Rogers, setiap individu memiliki dua karakter diri, yaitu :

- a. Diri yang kita rasakan sendiri (*i* atau *me*) yang merupakan persepsi kita tentang diri kita yang sesungguhnya (*real self*), dan
- b. Diri kita yang ideal/diinginkan (*ideal self*) yang merupakan persepsi kita tentang diri kita yang kita inginkan.

Menurut Rogers, masing-masing individu adalah korban dari hal positif bersyarat (*conditional positive regard*) yang mana jika kita berbuat baik, maka kita akan

mendapat penghargaan, dan jika kita berbuat buruk, maka kita akan mendapat celaan/hukuman. Jika seseorang memiliki perilaku yang buruk, maka mereka tetap memerlukan cinta, persahabatan, dan dukungan dari orang lain yang mana disebut dengan hal positif yang tak bersyarat (*unconditional positive regard*) dimana individu dapat menemukan harga diri dan kemampuan mencapai *ideal self* mereka sendiri. Individu yang sehat adalah individu yang selaras antara *real self* dan *ideal self*.

## 2.2 Kepercayaan Diri

Menurut Anthony (dalam Wibowo, 2007), kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang diperoleh melalui dengan dirinya sendiri yang bersifat internal, keyakinan yang mendukung pencapaian pelbagai tujuan hidupnya untuk tidak berputus asa walaupun menemui kegagalan. Hakim (2005) percaya diri merupakan suatu sikap atau perilaku terpuji yang harus di miliki setiap individu. Individu yang memiliki kepercayaan diri memiliki keyakinan terhadap *self ability*, yang membuat dirinya mampu mengutarakan opini hingga berani menghasilkan sebuah tindakan.

Menurut Willis (dalam Ghuftron & Risnawita, 2010) kepercayaan diri dapat

didefinisikan sebagai keyakinan yang dimiliki oleh seseorang agar mampu menanggulangi suatu masalah dengan solusi terbaik selain itu mampu memberikan sesuatu yang baik pula untuk orang lain. Wibowo (2007) mendefinisikan kepercayaan diri ialah sebuah keyakinan untuk bisa menngalahkan rasa cemasnya didalam menjalani aktivitas dan kegiatan.

Menurut Fatimah (2006) ada 7 karakteristik seseorang yang memiliki rasa kepercayaan diri, yaitu:

- a. Percaya terhadap kompetensi/ kemampuan diri, hingga tidak memerlukan pujian, pengakuan, penerimaan, maupun rasa hormat dari pihak lain.
- b. Tidak terdorong untuk menampilkan perilaku konformitas agar ia diterima oleh kelompok.
- c. Berani menghadapi dan menerima jika ada penolakan orang lain atau berani untuk menjadi dirinya sendiri apa adanya.
- d. Memiliki kontrol diri yang baik, tidak *moody* dan menjaga emosi agar tetap stabil.
- e. Mempunyai *internal locus of control* (memiliki pandangan bahwa kesuksesan hingga kegagalan, sesuai dengan *effort* dan sukar untuk

memilih menyerah pada takdir atau tidak menggantungkan dengan pihak lain / mengharapkan bantuan dari pihak selain dirinya).

- f. Memiliki pandangan optimis akan dirinya sendiri, pihak lain, dan lingkungan diluar dirinya.
- g. Mempunyai harapan apa adanya untuk dirinya sendiri, saat yang diharapkan itu gagal, maka individu mampu untuk memandang sisi positif dari dalam dirinya sendiri.

### 2.3 Broken Home

Menurut Wilis (2013) *Broken home* dapat ditinjau dari dua aspek yang berhubungan, yaitu :

- a. Keluarga menjadi pecah sebab bangunannya rentan, hal ini dikarenakan salah satu dari ayah atau ibu meninggal dunia atau telah menikah dengan orang lain.
- b. Pemimpin keluarga utuh, dalam hal ini ayah dan ibu namun, bangunan keluarga sudah rentan, bisa disebabkan, seorang ayah dan ibu tidak hadir dirumah, tidak menunjukkan adanya cinta. Misalnya *parents* sering beradu mulut menyebabkan keluarga menjadi secara psikologis tidak sehat.

Melalui pemaparan di atas akan muncul pribadi dari seorang anak yang memiliki masalah akan dirinya, menyebabkan ada masalah didalam perilakunya. Mereka memiliki gangguan-gangguan secara emosional sampai ke titik neurotic. *Case* mengenai *broken home* sering dijumpai disekolah, malas belajar, gemar menyendiri, agresif dalam perilaku, suka membolos, dan melawan orang tua.

Penyebab terjadinya keretakan dalam keluarga (*broken home*) yang dikemukakan Willis (2003) dibagi dua faktor yakni sebagai berikut:

- a. Faktor dari dalam keluarga atau internal, yaitu: tekanan (stres) orangtua di tempat kerja, atau mengalami kesulitan ekonomi dalam keluarga, tafsiran dan perlakuan terhadap perilaku marah-marah, curiga antara suami/istri ada yang berselingkuh, Sikap egois juga kurang demokratis salah satu orang tua.
- b. Faktor luar keluarga, yaitu: ada pihak ke tiga dalam keluarga, terutama hubungan suami-istri dalam bentuk isu-isu negative, pergaulan negatif anggota keluarga, perilaku yang berasal dari luar keluarga dan

membawa efek negatif, kebiasaan istri bergunjing di rumah tetangga yang berdampak pada pertengkaran antara suami istri, memiliki kebiasaan merugikan seperti bermain judi..

### 3. METODE PENELITIAN

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini ialah metode *library research*, berupa pengumpulan data yang didapatkan melalui kajian-kajian terhadap kepustakaan yang ada. Pada penelitian ini, peneliti juga mengumpulkan data dengan mengelompokan data primer dan sekunder. Data primer di sini menggunakan teori Humanistik Carl Rogers dan data sekunder berupa artikel ilmiah dan buku dari berbagai sumber (Danandjaja, 2014)

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Lautser (dalam Wahyuhadi,2015) menjelaskan rasa kepercayaan diri ialah rasa percaya diri terhadap potensi yang dimiliki seseorang sehingga seseorang tidak stress terhadap sebagian perbuatannya, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukainya, dan bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dilakukannya, santun dalam

bertransaksi. satu sama lain, mampu menerima dan menghargai, memiliki kemauan untuk menggapai dan mengetahui kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Percaya diri yang rendah dapat menyebabkan ketidaknyamanan emosional sementara dan menyebabkan berbagai kesulitan. Santrock (dalam Rombe, 2013) ketika percaya diri pada tingkatan yang rendah dapat dicerminkan sebagai pencapaian yang rendah, atau rumah tangga yang bermasalah, atau kondisi depresi, maka masalah yang timbul bisa meningkat (Azzahra, 2019).

Pendekatan yang berpusat pada klien di mana terapis mendukung pertumbuhan pribadi klien dengan membantu mereka memperoleh keterampilan memecahkan masalah. Pendekatan yang berpusat pada klien menciptakan kepercayaan yang masif terhadap kemampuan klien agar meningkatkan dan mendeteksi arah mereka sendiri (Azzahra, 2019).

Membahas tentang pendekatan *Client-Centered Therapy*, menurut (Sayekti 2010) Inti dari terapi yang berpusat pada klien berasal dari Carl R. Rogers, yang percaya bahwa pusat pemecahan masalah terletak pada klien dan memiliki banyak kesamaan dengan pentingnya terapi konseling pada

umumnya. Konseling sebenarnya adalah mengenai menolong individu, bahwa individu harus mampu menghadapi dan menuntaskan tantangannya sendiri. Konseling ini mempunyai unsur positif yang banyak, seperti peran konseli sebagai pihak yang sangat memastikan berhasil dan tidaknya proses terapi ini, keleluasaan konseli untuk memutuskan perubahan yang terjadi pada dirinya. Pada kiat terapi diharuskan adanya hubungan yang langgeng antara konselor dan konseli. Selain itu, konselor harus menunjukkan pengertian dan *acceptance* terhadap yang disupervisi.

Proses *client-centered* yang bisa diperhatikan adalah, *acceptance* (penerimaan), *understanding* (mengerti, memahami), *respect* (rasa hormat), *reassurance* (menentramkan hati, meyakinkan), *encouragement* (dorongan), *limited questioning* (pertanyaan terbatas), *reflection* (memantulkan pertanyaan dan perasaan) (Azzahra, 2019).

Sebagai keadaan psikologis, kepercayaan diri adalah bawaan yang dimiliki seseorang dari ia lahir tetapi terbentuk melalui proses belajar individu dari lingkungan sosial. Percaya diri adalah sikap positif yang menunjukkan itikad terhadap kecakapan diri. Jadi kepercayaan diri datang dari dalam diri individu itu

sendiri. Karakteristik kepercayaan diri adalah, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab dan juga mempunyai cara berfikir yang masuk akal, dan mampu untuk memproses kritikan.

Kepercayaan diri adalah salah satu bagian diri yang penting bagi individu. Jika tidak ada rasa percaya diri, maka akan bisa menimbulkan problema bagi seseorang. Kepercayaan diri adalah komponen yang sangat penting didalam diri individu menjalani kehidupan sosialnya. Karena rasa percaya diri, individu bisa merealisasikan kemampuan baik yang ada pada dirinya. Rasa percaya diri adalah hal yang penting yang harus ada pada setiap insan. Rasa percaya diri dibutuhkan setiap insan, baik dari jenjang anak-anak hingga ke jenjang manula, perorangan atau kolektif. Kepercayaan diri merupakan bentuk positif individu yang memaksa dirinya untuk menciptakan penilaian yang optimis, terhadap diri sendiri ataupun pada lingkup dan kondisi yang diharapkannya (Azzahra, 2019).

Tujuan konseling yang ingin dicapai, seperti: untuk memberikan kesempatan dan kebebasan bagi mereka yang dirawat untuk mengekspresikan perasaan mereka, untuk mengembangkan dan memenuhi potensi

mereka, untuk membantu individu untuk mengintegrasikan diri ke dalam lingkungan mereka dan bukan untuk memperbaiki perilaku mereka, dan untuk memberi *assitance* seseorang hingga ia memiliki keyakinan untuk berubah dan tumbuh.

Terdapat faktor-faktor yang berdampak pada rasa percaya diri, antara lain: Keadaan yang memberi pengalaman yang mendorong hadirnya kepercayaan diri. Sebaliknya, keadaan dan kondisi ini mampu menjadi faktor yang menurunkan kepercayaan diri yang dimiliki seseorang. Disesuaikan dengan hal-hal yang berdampak pada menurunkan rasa percaya diri sebelumnya, wajar untuk dipahami rasa percaya diri disebabkan dua hal. Yaitu faktor intern yang dimaksudkan sebagai *ability* dari seseorang ketika melakukan sesuatu yang dirasa bisa atau mampu untuk dituntaskan, kesuksesan seseorang agar memperoleh hal yang dicita-citakan, *will* atau tekad kuat untuk mencapai sesuatu hingga dapat terwujud. Pada sisi yang lain, faktor ekstern berasal dari luar seseorang seperti lingkungan rumah, keluarga, pendidikan, sosial, dapat menghasilkan seorang individu tidak memiliki rasa kepercayaan terhadap diri sendiri. Lingkungan sosial juga menghasilkan dampak signifikan atas tinggi atau rendahnya kualitas kepercayaan diri

seseorang. Lingkungan sosial yang menjadi pengaruh atas rasa percaya diri ialah teman sepermainan atau *peer conformity*.

Berdasarkan data penelitian lapangan Hidayah (2018) tentang Implementasi konseling Islami dengan Pendekatan *Client Centered* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kec. Sragen, Kab Sragen Dari hal tersebut, dipahami pada anak-anak dalam layanan konseling Islami dengan pendekatan *client oriented* tidak merasakan cemas atau takut yang berlebihan saat menghadapi tugas untuk menjadi pembicara di muka umum, mereka terlihat siap. Upaya lain untuk membangun kepercayaan di kalangan pemuda di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Tanya Taksi Sragen menawarkan kelas motivasi, kelas Muhadhoroh dan pelatihan keterampilan hidup memasak, menjahit dan tanaman hias. Dengan menciptakan pengajaran yang memotivasi, perilaku positif diharapkan dari anak-anak. Di kelas Muhadhoroh anak diajarkan untuk bermasyarakat sedangkan dalam pelatihan kecakapan hidup ini membuat anak-anak mengenal potensi dirinya dan memiliki keyakinan terhadap kemampuannya. Penelitian selanjutnya oleh Susanti (2018) tentang pengaruh terapi *client-centered* untuk meningkatkan rasa

percaya diri pada siswa kelas XI di SMKN 1 SOLOK, beliau memberi kesimpulan pada penelitiannya bahwa pendekatan *client-centered* dinilai efektif untuk memicu rasa percaya diri yang dimiliki oleh siswa. Ditunjukkan melalui peningkatan nilai yang dihasilkan oleh siswa. Bentuk rasa percaya diri yang rendah seperti layaknya tidak mempunyai keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, tidak memiliki rasa optimis, tidak mampu untuk melakukan *decision making*. Akan tetapi ketika peneliti telah melakukan *intervensi* melalui pendekatan *client-centered*, rasa percaya diri siswa meningkat dan membaik.

## 5. SIMPULAN

*Client Centered* Theory sering pula dikenal sebagai teori *non-direktif* atau berpusat pada pribadi. Pendekatan konseling *client centered* menekankan pada kecakapan klien untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah dirinya. Konsep pokok yang mendasari adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Peran konselor dalam model pendekatan konseling *client centered* adalah : (1) Konselor tidak memimpin, mengatur atau menentukan



proses perkembangan konseling, tetapi hal tersebut dilakukan oleh klien itu sendiri. (2) Konselor merefleksikan perasaan-perasaan klien, sedangkan arah pembicaraan ditentukan oleh klien. (3) Konselor menerima klien dengan sepenuhnya dalam keadaan seperti apapun. (4) Konselor memberi kebebasan pada klien untuk mengeksperisikan perasaan-perasaan sedalam-dalamnya dan seluas-luasnya.

Keterkaitan antara pendekatan *client-centered* dengan kepercayaan diri dalam penelitian ini bahwa Carl Rogers dengan terapi *client-centered* terbentuk sebuah deskripsi yang dimiliki oleh seseorang akan keadaan diri, baik itu berbentuk apa yang bisa dilakukan ataupun yang belum bisa dicapai, koneksi antara seseorang dan sosialnya, mampu memahami apa yang tidak diketahui individu bagi dirinya sendiri terhadap lingkungan sosialnya, biasanya berbentuk kurang bisa untuk memiliki kepercayaan atas diri sendiri mapu diberi pendekatan yang dinamakan terapi yang berpusat pada konseli itu sendiri.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

Danandjaja, J. 2014. *Metode penelitian kepustakaan*. Antropologi Indonesia.

- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Depok: AR-RUZZ Media.
- Hidayah, I. N., Supandi, S. A., & Ag, M. 2018. *Konseling Islami dengan Pendekatan Client Centered untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kec. Sragen Kab. Sragen (Doctoral dissertation, IAIN SURAKARTA)*.
- Ratu, B. 2014. *Psikologi Humanistik (Carl Rogers) Dalam Bimbingan dan Konseling. Kreatif*, 17(3).
- Rombe, S. 2013. *Hubungan body image dan kepercayaan diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri di SMA Negeri 5 Samarinda. Psikoborneo*, 1(4).
- Santi, S. 2018. *Pengaruh Konseling Pendekatan Client Centered Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Xi Di SMKN 1 Solok*.

Sayekti. 2010. *Berbagai Pendekatan Dalam Konseling*. Yogyakarta : Menara Mas Offset.

Wahyuhadi, I. R. 2015. Hubungan antara Penyesuaian Diri di Sekolah dengan Kepercayaan Diri pada Siswa Kelas X MAN 1 Kota Magelang. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(6).

Wibowo, Hery. 2007. *Fortune Favors The Ready!*. Bandung: OASE Mata Air Makna.

Wilis, Sofyan S. 2013. *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta.

Yusuf, Syamsu. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya.